

# 礼佛大忏悔文

宋·不动法师编订



南無本師釋迦牟尼佛

## 目 录

礼佛仪式 .....	- 1 -
礼佛大忏悔文 .....	- 3 -

# 礼佛仪式

拜佛宜从佛制，其拜法与俗制不同，兹将拜法详述如下：

一、两手（十指并拢）合掌（斜向上）当胸，立于蒲团之前，两足作八字式，左右足跟距离约二寸左右，足尖距离约八寸；

二、分右掌向下，按于蒲团之中心，左掌不动，两膝跨开，跪于蒲团上；

三、以左掌按于蒲团之前左边；

四、以右掌从中心移于蒲团之前右边，两掌相离六寸许；

五、以头按于两掌中间之蒲团上；

六、以两手掌向外边翻转（手心向上，意在以两手承佛足，故曰头面接足礼）；

七、以两手曲指反转，仍按于蒲团之原处；

八、头离蒲团由伏而起；

九、以右掌移于蒲团之中心；

十、以左掌离蒲团，置于胸前如合掌之状；

十一、以右掌用力撑起（两膝同时离蒲团），合于左掌当胸，此为一拜，至少三拜，多则以三

数递加，如六拜、九拜、十二拜等。

拜毕后尚有一礼，如世俗之作揖，名曰问讯，乃刚拜毕两手合掌当胸时，即以所合之两掌微侧向下（是时鞠躬），放至近腹处。复以右掌置于左掌之内，叠成拳式，缓缓从下向上举起与眉齐（是时已直其躬），再以两手徐徐放下合掌当胸，手心向上，右手叠置左手之上，两大拇指相接，此即大三昧印也（弥陀印即左手叠置右手之上余与三昧印同），此为拜佛礼毕。

头再略一低而已，手便散开而退。

lǐ fó dà chàn huǐ wén  
礼佛大忏悔文

sòng bú dòng fǎ shī biāndìng  
宋·不动法师编订

➤ (文中从南无皈依金刚上师起，至一时同得阿耨多罗三藐三菩提止，必须同念，切勿减去，以足百八拜之成数，即合全文之旨趣，方成圆满功德。)

dà cí dà bēi mǐn zhòngshēng dà xǐ dà shě jì hán shí  
大慈大悲愍众生 大喜大舍济含识

xiàng hǎo guāng míng yǐ zì yán zhòngděng zhì xīn guī mìng lǐ (一拜)  
相好光明以自严 众等至心归命礼 (一拜)

ná mó guī yī jīn gāngshàng shī (一拜)  
南无皈依金刚上师 (一拜)

guī yī fó guī yī fǎ guī yī sēng (一拜)  
皈依佛.皈依法.皈依僧 (一拜)

wǒ jīn fā xīn bú wèi zì qiú rén tiān fú bào shēngwényuán jué  
我今发心.不为自求人天福报.声闻缘觉.

nǎi zhì quánshèng zhū wèi pú sà wéi yī zuì shàngshèng fā pú tí xīn  
乃至权乘诸位菩萨.唯依最上乘.发菩提心.

yuàn yǔ fǎ jiè zhòngshēng yī shí tóng dé ā nòuduō luó sān miǎo sān pú  
愿与法界众生.一时同得阿耨多罗三藐三菩

tí (一拜)  
提 (一拜)

ná mó guī yī shí fāng jìn xū kōng jiè yī qiè zhū fó (一拜)  
南无皈依十方尽虚空界一切诸佛 (一拜)

ná mó guī yī shí fāng jìn xū kōng jiè yī qiè zūn fǎ (一拜)  
南无皈依十方尽虚空界一切尊法 (一拜)

ná mó guī yī shí fāng jìn xū kōng jiè yī qiè xiánshèng sēng (一拜)  
南无皈依十方尽虚空界一切贤圣僧 (一拜)

ná mó rú lái yīng gòng zhèng biàn zhī míng xíng zú shàn shì shì jiān jiě  
南无如来.应供.正遍知.明行足.善逝.世间解.

wú shàng shì tiáo yù zhàng fū tiān rén shī fó shì zūn (一拜)  
无上士.调御丈夫.天人师.佛.世尊 (一拜)

ná mó pǔ guāng fó  
南无普光佛（一拜）

ná mó pǔ míng fó  
南无普明佛（一拜）

ná mó pǔ jìng fó  
南无普净佛（一拜）

ná mó duō mó luó bá zhān tán xiāng fó  
南无多摩罗跋旃檀香佛（一拜）

ná mó zhān tán guāng fó  
南无旃檀光佛（一拜）

ná mó mó ní chuáng fó  
南无摩尼幢佛（一拜）

ná mó huān xǐ zàng mó ní bǎo jī fó  
南无欢喜藏摩尼宝积佛（一拜）

ná mó yī qiè shì jiān lè jiàn shàng dà jīng jìn fó  
南无一切世间乐见上大精进佛（一拜）

ná mó mó ní chuáng dēng guāng fó  
南无摩尼幢灯光佛（一拜）

ná mó huì jù zhào fó  
南无慧炬照佛（一拜）

ná mó hǎi dé guāng míng fó  
南无海德光明佛（一拜）

ná mó jīn gāng láo qiáng pǔ sàn jīn guāng fó  
南无金刚牢强普散金光佛（一拜）

ná mó dà qiáng jīng jìn yǒng měng fó  
南无大强精进勇猛佛（一拜）

ná mó dà bēi guāng fó  
南无大悲光佛（一拜）

ná mó cí lì wáng fó  
南无慈力王佛（一拜）

ná mó cí zàng fó  
南无慈藏佛（一拜）

ná mó zhān tán kū zhuāng yán shèng fó  
南无旃檀窟庄严胜佛（一拜）

ná mó xián shàn shǒu fó  
南无贤善首佛（一拜）

ná mó shàn yì fó  
南无善意佛（一拜）

ná mó guǎngzhuāngyánwáng fó  
南无广庄严王佛（一拜）

ná mó jīn huāguāng fó  
南无金华光佛（一拜）

ná mó bǎo gài zhàokōng zì zài lì wáng fó  
南无宝盖照空自在力王佛（一拜）

ná mó xū kōngbǎohuāguāng fó  
南无虚空宝华光佛（一拜）

ná mó liú lí zhuāngyánwáng fó  
南无琉璃庄严王佛（一拜）

ná mó pǔ xiàn sè shēnguāng fó  
南无普现色身光佛（一拜）

ná mó bú dòng zhì guāng fó  
南无不动智光佛（一拜）

ná mó xiáng fú zhòng mó wáng fó  
南无降伏众魔王佛（一拜）

ná mó cái guāngmíng fó  
南无才光明佛（一拜）

ná mó zhì huì shèng fó  
南无智慧胜佛（一拜）

ná mó mí lè xiānguāng fó  
南无弥勒仙光佛（一拜）

ná mó shàn jì yuè yīn miào zūn zhì wáng fó  
南无善寂月音妙尊智王佛（一拜）

ná mó shì jìngguāng fó  
南无世净光佛（一拜）

ná mó lóngzhǒngshàngzūn wáng fó  
南无龙种上尊王佛（一拜）

ná mó rì yuèguāng fó  
南无日月光佛（一拜）

ná mó rì yuè zhū guāng fó  
南无日月珠光佛（一拜）

ná mó huì chuángshèngwáng fó  
南无慧幢胜王佛（一拜）

ná mó shī zǐ hǒu zì zài lì wáng fó  
南无师子吼自在力王佛（一拜）

ná mó miào yīn shèng fó  
南无妙音胜佛（一拜）

ná mó chángguāngchuáng fó  
南无常光幢佛（一拜）

ná mó guān shì dēng fó  
南无观世灯佛（一拜）

ná mó huì wēi dēng wáng fó  
南无慧威灯王佛（一拜）

ná mó fǎ shèng wáng fó  
南无法胜王佛（一拜）

ná mó xū mí guāng fó  
南无须弥光佛（一拜）

ná mó xū màn nuó huā guāng fó  
南无须曼那华光佛（一拜）

ná mó yōu tán bō luó huā shū shèng wáng fó  
南无优昙钵罗华殊胜王佛（一拜）

ná mó dà huì lì wáng fó  
南无大慧力王佛（一拜）

ná mó ā chù pí huān xǐ guāng fó  
南无阿閼毗欢喜光佛（一拜）

ná mó wú liàng yīn shēng wáng fó  
南无无量音声王佛（一拜）

ná mó cái guāng fó  
南无才光佛（一拜）

ná mó jīn hǎi guāng fó  
南无金海光佛（一拜）

ná mó shān hǎi huì zì zài tōng wáng fó  
南无山海慧自在通王佛（一拜）

ná mó dà tōng guāng fó  
南无大通光佛（一拜）

ná mó yī qiè fǎ cháng mǎn wáng fó  
南无一切法常满王佛（一拜）

➤ （以上五十三佛，出观药王药上二菩萨经。以下三十五佛，出决定毘尼经）

ná mó shì jiā móu ní fó  
南无释迦牟尼佛（一拜）

ná mó jīn gāng bú huài fó  
南无金刚不坏佛（一拜）



ná mó bǎoguāng fó  
南无宝光佛（一拜）

ná mó lóngzūn wáng fó  
南无龙尊王佛（一拜）

ná mó jīng jìn jūn fó  
南无精进军佛（一拜）

ná mó jīng jìn xǐ fó  
南无精进喜佛（一拜）

ná mó bǎohuǒ fó  
南无宝火佛（一拜）

ná mó bǎoyuèguāng fó  
南无宝月光佛（一拜）

ná mó xiàn wú yú fó  
南无现无愚佛（一拜）

ná mó bǎoyuè fó  
南无宝月佛（一拜）

ná mó wú gòu fó  
南无无垢佛（一拜）

ná mó lí gòu fó  
南无离垢佛（一拜）

ná mó yǒng shī fó  
南无勇施佛（一拜）

ná mó qīngjìng fó  
南无清净佛（一拜）

ná mó qīngjìng shī fó  
南无清净施佛（一拜）

ná mó suō liú nuó fó  
南无娑留那佛（一拜）

ná mó shuǐtiān fó  
南无水天佛（一拜）

ná mó jiān dé fó  
南无坚德佛（一拜）

ná mó zhān tán gōng dé fó  
南无旃檀功德佛（一拜）

ná mó wú liàng jū guāng fó  
南无无量掬光佛（一拜）

ná mó guāng dé fó  
南无光德佛（一拜）

ná mó wú yōu dé fó  
南无无忧德佛（一拜）

ná mó nuó luó yán fó  
南无那罗延佛（一拜）

ná mó gōng dé huā fó  
南无功德华佛（一拜）

ná mó lián huā guāng yóu xì shéntōng fó  
南无莲华光游戏神通佛（一拜）

ná mó cái gōng dé fó  
南无财功德佛（一拜）

ná mó dé niàn fó  
南无德念佛（一拜）

ná mó shàn míng chēng gōng dé fó  
南无善名称功德佛（一拜）

ná mó hóng yàn dì chuāng wáng fó  
南无红焰帝幢王佛（一拜）

ná mó shàn yóu bù gōng dé fó  
南无善游步功德佛（一拜）

ná mó dòu zhàn shèng fó  
南无斗战胜佛（一拜）

ná mó shàn yóu bù fó  
南无善游步佛（一拜）

ná mó zhōu zā zhuāng yáng gōng dé fó  
南无周匝庄严功德佛（一拜）

ná mó bǎo huā yóu bù fó  
南无宝华游步佛（一拜）

ná mó bǎo lián huā shàn zhù sūo luó shù wáng fó  
南无宝莲华善住娑罗树王佛（一拜）（以上三十五佛）

ná mó fǎ jiè zàng shēn ā mí tuó fó  
南无法界藏身阿弥陀佛（一拜）（此句依焰口经增入，  
以上八十九佛，八十九拜）

rú shì děng yī qiè shì jiè zhū fó shì zūn cháng zhù zài shì shì  
如是等一切世界诸佛世尊常住在世是

zhū shì zūn dāng cí niàn wǒ ruò wǒ cǐ shēng ruò wǒ qián shēng cóng wú  
诸世尊当慈念我若我此生若我前生从无

shǐ shēng sǐ yǐ lái suǒ zuò zhòng zuì ruò zì zuò ruò jiào tā zuò jiàn zuò  
始生死以来所作众罪若自作若教他作见作

suí xǐ ruò tǎ ruò sēng ruò sì fāng sēng wù ruò zì qǔ ruò jiào tā qǔ  
随喜.若塔若僧.若四方僧物.若自取.若教他取.

jiàn qǔ suí xǐ wǔ wú jiàn zuì ruò zì zuò ruò jiào tā zuò jiàn zuò suí xǐ  
见取随喜.五无间罪.若自作.若教他作.见作随喜.

shí bú shàn dào ruò zì zuò ruò jiào tā zuò jiàn zuò suí xǐ suǒ zuò zuì  
十不善道.若自作.若教他作.见作随喜.所作罪

zhàng huò yǒu fù cáng huò bú fù cáng yīng duò dì yù è guǐ chù shēng  
障.或有覆藏.或不覆藏.应堕地狱.饿鬼.畜生.

zhū yú è qù biān dì xià jiàn jí miè lì chē rú shì děng chù suǒ zuò  
诸余恶趣.边地下贱.及蔑戾车.如是等处.所作

zuì zhàng jīn jiē chàn huǐ  
罪障.今皆忏悔 (一拜)

jīn zhū fó shì zūn dāng zhèng zhī wǒ dāng yì niàn wǒ wǒ fù yú  
今诸佛世尊.当证知我.当忆念我.我复于

zhū fó shì zūn qián zuò rú shì yán ruò wǒ cǐ shēng ruò wǒ yú shēng céng  
诸佛世尊前.作如是言.若我此生.若我余生.曾

xíng bù shī huò shǒu jìng jiè nǎi zhì shī yǔ chù shēng yī tuán zhī shí huò  
行布施.或守净戒.乃至施与畜生.一抔之食.或

xiū jìng xíng suǒ yǒu shàngēn chéng jiù zhòng shēng suǒ yǒu shàngēn xiū xíng  
修净行.所有善根.成就众生.所有善根.修行

pú tí suǒ yǒu shàngēn jí wú shàng zhì suǒ yǒu shàngēn yī qiè hé jí  
菩提.所有善根.及无上智.所有善根.一切合集.

xiào jì chóu liáng jiē xī huí xiàng ā nù duō luó sān miǎo sān pú tí rú  
校计筹量.皆悉回向阿耨多罗三藐三菩提.如

guò qù wèi lái xiàn zài zhū fó suǒ zuò huí xiàng wǒ yì rú shì huí xiàng  
过去未来现在诸佛.所作回向.我亦如是回向.

zhòng zuì jiē chàn huǐ zhū fú jìn suí xǐ jí qǐng fó gōng dé yuàn chéng  
众罪皆忏悔.诸福尽随喜.及请佛功德.愿成

wú shàng zhì qù lái xiàn zài fó yú zhòng shēng zuì shèng wú liàng gōng dé  
无上智.去来现在佛.于众生最胜.无量功德

hǎi wǒ jīn guī mìng lǐ  
海.我今皈命礼 (一拜)

suǒ yǒu shí fāng shì jiè zhōng sān shì yī qiè rén shī zǐ  
所有十方世界中.三世一切人师子

wǒ yǐ qīng jìng shēn yǔ yì yī qiè biàn lǐ jìn wú yú  
我以清净身语意.一切遍礼尽无余

pǔ xián hàng yuàn wēi shén lì pǔ xiàn yī qiè rú lái qián  
普贤行愿威神力.普现一切如来前

yī shēn fù xiàn chà chén shēn yī yī biàn lǐ chà chén fó (一拜)  
一身复现刹尘身 一一遍礼刹尘佛

yú yī chén zhōng chén shù fó gè chù pú sà zhòng huì zhōng  
于一尘中尘数佛 各处菩萨众会中

wú jìn fǎ jiè chén yì rán shēn xìn zhū fó jiē chōng mǎn  
无尽法界尘亦然 深信诸佛皆充满

gè yǐ yī qiè yīn shēng hǎi pǔ chū wú jìn miào yán cí  
各以一切音声海 普出无尽妙言辞

jìn yú wèi lái yī qiè jié zàn fó shèn shēn gōng dé hǎi (一拜)  
尽于未来一切劫 赞佛甚深功德海

yǐ zhū zuì shèng miào huā mǎn jì yuè tú xiāng jí sǎn gài  
以诸最胜妙华鬘 伎乐涂香及伞盖

rú shì zuì shèng zhuāng yán jù wǒ yǐ gòng yǎng zhū rú lái  
如是最胜庄严具 我以供养诸如来

zuì shèng yī fú zuì shèng xiāng mò xiāng shāo xiāng yǔ dēng zhú  
最胜衣服最胜香 末香烧香与灯烛

yī yī jiē rú miào gāo jù wǒ xī gòng yǎng zhū rú lái  
一一皆如妙高聚 我悉供养诸如来

wǒ yǐ guǎng dà shèng jiě xīn shēn xìn yī qiè sān shì fó  
我以广大胜解心 深信一切三世佛

xī yǐ pǔ xián hàng yuàn lì pǔ biàn gòng yǎng zhū rú lái (一拜)  
悉以普贤行愿力 普遍供养诸如来

wǒ xī suǒ zào zhū è yè jiē yóu wú shǐ tān chēn chī  
我昔所造诸恶业 皆由无始贪嗔痴

cóng shēn yǔ yì zhī suǒ shēng yī qiè wǒ jīn jiē chàn huǐ (一拜)  
从身语意之所生 一切我今皆忏悔

shí fāng yī qiè zhū zhòng shēng èr shèng yǒu xué jí wú xué  
十方一切诸众生 二乘有学及无学

yī qiè rú lái yǔ pú sà suǒ yǒu gōng dé jiē suí xǐ (一拜)  
一切如来与菩萨 所有功德皆随喜

shí fāng suǒ yǒu shì jiān dēng zuì chū chéng jiù pú tí zhě  
十方所有世间灯 最初成就菩提者

wǒ jīn yī qiè jiē quàn qǐng zhuàn yú wú shàng miào fǎ lún (一拜)  
我今一切皆劝请 转于无上妙法轮

zhū fó ruò yù shì niè pán wǒ xī zhì chéng ér quàn qǐng  
诸佛若欲示涅槃 我悉至诚而劝请

wéi yuàn jiǔ zhù chà chén jié lì lè yī qiè zhū zhòng shēng (一拜)  
惟愿久住刹尘劫 利乐一切诸众生

suǒ yǒu lǐ zàn gòng yǎng fú qǐng fó zhù shì zhuàn fǎ lún  
所有礼赞供养福 请佛住世转法轮

suí xǐ chàn huǐ zhū shàn gēn huí xiàng zhòng shēng jí fó dào  
随喜忏悔诸善根 回向众生及佛道

(一拜)

yuàn jiāng yǐ cǐ shèng gōng dé huí xiàng wú shàng zhēn fǎ jiè  
愿将以此胜功德 回向无上真法界

xìng xiàng fó fǎ jí sēng qié èr dì róng tōng sān mèi yìn  
性相佛法及僧伽 二谛融通三昧印

rú shì wú liàng gōng dé hǎi wǒ jīn jiē xī jìn huí xiàng  
如是无量功德海 我今皆悉尽回向

suǒ yǒu zhòng shēng shēn kǒu yì jiàn huò tán bàng wǒ fǎ děng  
所有众生身口意 见惑弹谤我法等

rú shì yī qiè zhū yè zhàng xī jiē xiāo miè jìn wú yú  
如是一切诸业障 悉皆消灭尽无余

niàn niàn zhì zhōu yú fǎ jiè guǎng dù zhòng shēng jiē bú tuì  
念念智周于法界 广度众生皆不退

nǎi zhì xū kōng shì jiè jìn zhòng shēng jí yè fán nǎo jìn  
乃至虚空世界尽 众生及业烦恼尽

rú shì sì fǎ guǎng wú biān yuàn jīn huí xiàng yì rú shì  
如是四法广无边 愿今回向亦如是

(一拜)

ná mó dà hòng pǔ xián pú sà  
南无大行普贤菩萨 (三称毕起立)



此咒置经书中可灭误跨之罪

南无护法韦驮尊天菩萨

